3月1日～3月8日は『女性の健康週間』

厚生労働省では毎年3月1日～3月8日を「女性の健康週間」と定め、女性の健康に関する知識の向上と、女性を取り巻く健康課題に対する社会的関心の喚起を図るための国民運動を展開しています。

【問い合わせ先】健康推進課 健康づくり班　☎52－9282

働き世代に多い女性のがん

一生のうちにがんと診断される確率は、男性62.1%、女性48.9%で、がんは誰でもなる可能性がある病気です。日本の男女の年代別がん罹患(りかん)数は、30歳代後半から40歳代まで、女性が男性を上回っています。女性のがんは、社会的に多様な役割を担う、働き盛りの時期に多いのです。

	罹患率の特徴	特徴
乳がん	30歳代に増加 40歳代後半に最も多い	乳房のしこりや乳輪がただれるなどの症状がある。 初期段階であれば90%以上が治癒するといわれており、早期発見、早期治療が重要。検診受診やセルフチェックを含めたブレスト・アウェアネス（乳房を意識した生活習慣）が大切。
子宮頸がん	30歳代に増加	性交渉によるヒトパピローマウイルスへの感染が原因。異常なおりものや不正出血の症状がある。 検診で早期発見すれば完治する可能性が高く、予防のためのワクチン接種も有効。
子宮体がん	40歳代後半に増加	閉経後に多く、近年増加傾向にある。初期症状から不正出血・茶色や黒色のおりものがあり、症状が現れた段階で速やかに受診すれば完治する可能性が高い。
卵巣がん	40歳代～60歳代が多い	お腹が張る・痛む、下腹部にしこりがあるなどの症状があるが、初期には自覚症状が少なく、気づきにくい。卵巣の超音波検査を受ける事で、早期発見が可能。

アピアランス支援事業費補助金

～治療しながら自分らしく過ごすことができるために～

医療の進歩等により、がん治療をしながら日常生活を送ることが可能になってきました。抗がん剤や放射線治療の影響による脱毛や手術による乳房切除など、外見の変化に対するウイッグや補正下着等の補正具の購入費用を助成します。アピアランスとは「外観や人の容ぼう」を意味する言葉です。

対象補正具

・頭用および部分用ウイッグ（頭皮保護用のネット含む）
・外科的治療等による乳房変化に対応するための補正下着等

補助額上限3万円

必要書類や申請の流れ等、詳しくはこちらから　→

香美市の自然や魅力を活かした体験プログラムが楽しめる「かみめぐり 香美を廻る体験博」が、昨年9月15日～12月1日に開催され、県内外から合計433名の方に参加していただきました。

ここでは、プログラムを楽しみに来てくださった参加者の皆さんと、主催者としてイベントを盛り上げ、地域の魅力を伝えてくれた地元の方々の様子をお届けします♪

次回も「かみめぐり」を、今年の9月～12月に開催予定ですので、楽しみにお待ちください！

かみめぐり事務局：NPO法人いなかみ（香美市立移住定住交流センター）

Report ❶ 「塩の道」で味噌玉づくり＆ランチ

食と歴史を味わうハイキング♪

大自然というシチュエーションの中で、適度に身体を動かすことができて大満足でした。竹弁当も含めて最高の体験でした！
（30代男性）

Report ❷ 保護猫カフェの裏側に潜入体験

猫マニアが裏も表もすべて教える、保護猫カフェ「ひがな猫」

トイレのお世話にエサのお世話、本当に大変だと思うけど、可愛い猫たちのために頑張っているんだなと思いました。
（40代女性）

Report ❸ いざなぎ流御幣(ごへい)切り体験と神社巡り

物部の歴史と文化を知り、食を堪能！

御幣切りはやや苦戦しましたが、出来上がったものは、みな愛着がわいて良かったです。また参加したいと思います！
（30代女性）